



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

DOMATES DOLMASI

Malzemeler

12 Orta Boy Domates
1/2 Su bardağı Pirinç
2 Orta Boy Soğan
1/2 demet Maydanoz
1/2 demet Dereotu
1+3/4 Su Bardağı Kıyma
2 Tatlı kaşığı Tuz
1 Yemek kaşığı Nane
1 Tatlı kaşığı Karabiber
1 Yemek kaşığı Margarin
1/4 Su Bardağı Su

Yapılışı:

Sebzeleri yıka. Domateslerin sap tarafından birer kapak kes, içlerini çıkar. İçin 1/3'ünü yarım santimetreküp irilikte doğra. Pirinci yıka, süz. Soğanı soy, yıka, ince ince doğra. Maydanoz ve dereotunu ayıkla, ince ince kıy. Pirinç, soğan, maydanoz, dereotu, kıyma, tuz, nane, kara biber, yağ ve doğranmış domates içini karıştır. Domatesleri bu içle doldur. Kesilen kapakları üzerlerine yerleştir. Yayvan fırına girebilecek bir tencereye, açık yönleri üste gelecek şekilde diz. 1/4 su bardağı sıcak su koy, kapağı kapat. Önceden ısıtılmış orta sıcaklıktaki fırında pirinçler yumuşayıncaya değin yaklaşık 45-50 dakika pişir.
